

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ПРОБЛЕМАМИ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ И СОЗАВИСИМОСТИ (ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ)

*Исследование поддержано грантом РГНФ № 08-06-00284а.*

Обсуждаются проблемы психологической помощи пациенткам, зависимым от психоактивных веществ, а также супругам с нарушениями здоровья и личностного развития в форме созависимости, у которых мужья страдают алкогольной зависимостью.

**Ключевые слова:** алкогольная зависимость; алкогольная семья; созависимость; психологическая помощь.

В настоящее время проблема психологической помощи людям с зависимостью от психоактивных веществ, а также их близким сохраняет свою значимость. Исследователи отмечают, что нарушения психического здоровья и искажения личностного развития выявляются не только у лиц с проявлениями алкогольной зависимости, но и у членов их семьи, в частности у партнеров по браку. Зависимая от психоактивных веществ личность неизбежно формирует вокруг себя комплекс патологических, неадекватных, болезненных отношений, приводящих к различным нарушениям у семейного окружения на личностном и социальном уровнях. Семейные дисфункции становятся основой, определяющей жизнедеятельность в семье, где проживает пациент с алкогольной зависимостью [1].

Целью настоящего сообщения является рассмотрение возможностей психологической помощи членам так называемой алкогольной семьи. Определяя специфику данного феномена, мы исходили из того, что это малая дисфункциональная группа, в которой один из ее членов страдает алкогольной зависимостью. Это способствует формированию психологической созависимости у других членов семьи [2].

Семейная созависимость определяется как нарушение психического здоровья и личностного развития, сформированное в результате длительной подверженности стрессу, а также полной концентрации на проблемах другого члена семьи [3, 4]. Психологическое содержание созависимости свидетельствует о своеобразии нарушений здоровья и личностного функционирования у члена семьи по сравнению с нарушениями страдающего алкоголизмом. Это обуславливает поиски подходов психологической помощи, основанных на создании комплексных медико-психологических превентивных, коррекционных и консультативных программ представителям этих семей.

Согласно концепции психогенеза алкоголизма S. Reichelt-Nauseef формирование созависимости понимается как результат дополняющего взаимодействия между членами семьи, которое сохраняет семейный гомеостаз [5].

Личностные характеристики пациентов с алкогольной зависимостью, а также членов их семей достаточно широко представлены в литературных источниках, отражающих направления превенции и психологической помощи. При этом отмечается недостаточность психологической информации, включающей изучение защитно-адаптивных стилей при алкогольной зависимости и семейной созависимости у женщин. Эффективность адаптивно-защитной системы человека, включая психологическую защиту и стратегии совладания, во многом опре-

деляет успешность жизнедеятельности и сохранение психического здоровья. При этом выявлены гендерные особенности защитно-совладающих стилей, которые могут определять специфику психологической помощи.

Представляется, что концептуальными основаниями рассмотрения созависимости и алкогольной зависимости у женщин в рамках психологических моделей могут являться концепция психической ригидности Г.В. Залевского [6], а также представления об адаптивно-защитной системе И.Я. Стояновой [7].

Рассматривая внутрисистемные взаимодействия между уровнями адаптивного комплекса, включающего психологическую защиту и стратегии совладания, можно определить эффективность каждого в аспекте следования логике самоорганизации. Мы полагаем, что спектр адаптивных приемов у здоровых людей является более эффективным по сравнению с пациентами с зависимостью от алкоголя, а также с проявлениями семейной созависимости. В основе формирования деструктивных поведенческих реакций и стереотипов семейных взаимоотношений (фиксированных форм поведения) у женщин с проявлениями созависимости и зависимости от алкоголя находится специфическая система защитно-овладевающего комплекса, порождающая большей закрытостью, а также порождающая искажение социально-психологических взаимодействий и формирующая неэффективные адаптивные стили по сравнению с нормой.

Психологические аспекты созависимости как состояния деформации личности и нарушения здоровья изучаются нами с позиции концепции персонологии В.Я. Семке [8], специфических психологических свойств аддитивной личности Н.А. Бохан [9]. В целом концепция исследования заключается в рассмотрении защитно-овладевающих образований при созависимости в качестве нарушенных уровней адаптивной системы.

При создании модели защитно-адаптивного комплекса и выделении алгоритмов психологической защиты и стратегий совладания в качестве факторов, содержащих специфическую функциональную направленность, мы исходили из предположения о том, что его эффективность обусловлена системным взаимодействием всех уровней, проявляющихся в аспекте взаимодополнения. Кроме того, эффективность определяется ведущей ролью конструктивных стратегий совладания и подчиненной – психологической защиты.

На базе отделения аддитивных состояний НИИПЗ СО РАМН проведено экспериментально-психологическое исследование женщин с алкогольной зависимостью, созависимостью и без нарушений психического здоровья, всего 150 чел.

Использованы следующие методы психодиагностики: «Индекс жизненного стиля» (адаптированный вариант Л.И. Вассермана, Е.Б. Клубовой, 1993), «Стратегии совладания» (Э. Хайм, 1984), «Уровень невротизации-психопатизации» (М.М. Кабанов с соавт., 1983); методы математической статистики, позволяющие выделять значимые различия и проводить корреляционный анализ.

Интерпретируя психологическое содержание защитных стилей, можно утверждать, что для женщин с созависимостью и зависимостью от алкоголя характерны специфические защитные комплексы. По сравнению с пациентами с алкогольной зависимостью в этой группе на статистически значимом уровне выражены такие защиты, как «реактивное образование», «регрессия», «интеллектуализация». Такое распределение защитного комплекса может быть связано с наличием большего эмоционального напряжения и тревоги, которые являются результатом хронического стресса. Данный защитный комплекс становится стереотипным, затем ригидным и патологизирующим. При длительном действии этого дезадаптивного механизма снижается возможность проявления более конструктивных способов совладания с реальностью. Наименее адаптивные способы психологической защиты в нормативной группе представлены в меньших количественных показателях по сравнению с такими, как «интеллектуализация».

При исследовании стилей совладания выявлено, что копинг-стратегии в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфере в нозологических группах отличаются меньшей адаптивностью по сравнению с нормой. Отмечаются значимые различия между алкогольной зависимостью и созависимостью. При алкогольной зависимости в большей степени выражены деструктивные стили. При созависимости – диссоциация предпочитаемых и отвергаемых стратегий. В целом стратегии совладания как уровень адаптивно-защитной системы в нозологических группах отличаются значительными деструктивными проявлениями по сравнению с нормой.

Программы психологической помощи, направленные на преодоление зависимости от алкоголя и созави-

симости, базируются на использовании смешанных (индивидуально-групповых) форм психокоррекционной работы. Основным содержанием психокоррекции является работа с анозогнозией, создание мотивации на лечение, повышение компетентности по проблемам формирования аддиктивного поведения и созависимости. В процессе групповой дискуссии прорабатываются тематические блоки, направленные на знакомство с понятиями «психологическая защита» и «способы преодоления трудных жизненных ситуаций», их осознание, выявление конструктивных и деструктивных способов совладания, развитие адаптивного опыта.

Следующий блок связан с обсуждением преобладающих чувств и переживаний участников групповой работы, например «чувства вины и обиды в моей жизни». В дальнейшем обсуждаются темы, связанные с проявлениями алкогольной зависимости, а также с проблемами семейной созависимости и способами их преодоления.

Для достижения коррекционных задач используется также дополнительный арсенал психологических техник, включая когнитивно-поведенческую психотерапию, семейное консультирование, обучение релаксации, ролевые игры.

Реализация психокоррекционной программы позволила осознать проблему зависимости и созависимости, преодолеть анозогностическое отношение к болезни, повысить эффективность разрешения личностных проблем в плане проработки «замороженных чувств», недоброжелательности, гармонизировать семейные взаимоотношения в направлении преодоления повышенного контроля, применения манипулятивных способов общения. Кроме того, психологическая работа направлена на формирование эффективного поведения, способствующего преодолению нарушений здоровья и семейного функционирования.

Дальнейшие перспективы изучения феноменов формирования химической зависимости и созависимости связаны с их распространением в обществе. Поэтому поиски эффективных способов психологической помощи становятся актуальными направлениями психологической работы.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Москаленко В.Д. Созависимость – новая болезнь? // Журнал невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 1994. Т. 94, № 6. С. 95–98.
2. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психосоциальная аддиктология. Новосибирск: Олсиб, 2001. 251 с.
3. Максимова Н.Ю., Милотина Е.Л. Курс лекций по детской патопсихологии: Учеб. пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2000. 572 с.
4. Мазурова Л.В., Стоянова И.Я., Бохан Н.А. Особенности адаптивно-защитного стиля у женщин с семейной созависимостью и алкогольной зависимостью // Сибирский психологический журнал. 2009. № 31. С. 33–36.
5. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. Л.: Медицина, 1990. 187 с.
6. Залевский Г.В. К проблеме предмета и рамочных моделей современной клинической психологии // Сибирский психологический журнал. 2006. № 23. С. 6–13.
7. Стоянова И.Я. Психологические образования в норме и патологии: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Томск, 2007. 43 с.
8. Семке В.Я. Основы персонологии. М., 2001. 476 с.
9. Бохан Н.А., Семке В.Я., Мандель А.И. Персонологический анализ в контексте систематики аддиктивных состояний // Наркология. 2006. № 1. С. 60–65.

Статья представлена научной редакцией «Психология и педагогика» 12 марта 2008 г.